



ボディメカニクスを利用して腰痛を予防する



# 介助技術研修

～利用者、介護者ともに負担の少ない介護の実践をめざして～

全2回

受講費  
**無料**

会場  
かがやきプラザ  
4階研修室  
1・2

定員  
**12名**  
(各回)

移乗介助・車いす介助について実技を用いながら学びます。  
※スニーカー等、動きやすい服装でお越しください。

↓R5年度の様子



## 介護の基本編

令和6年 **7月9日**(火)18時30分～20時30分

～「自立支援」を行う為の考え方と介護の基本～

身体能力を引き出す姿勢を理解し、腰痛予防の基礎と車いす座位のなおしかた。立ち上がりのメカニズムと乗り移り介助を学びます。

## 身体能力を引き出す介護編



令和6年 **7月16日**(火)18時30分～20時30分

～車いす、歩行介助、起き上がり介助の基本動作～

ボディメカニクスを理解しながら、歩行介助、床(布団)からの起き上がり介助等、利用者の身体の動きを理解し、負担の少ない介助を学びます。

講師 **伊藤 一夫氏** (リハビリ道場(デイサービス)管理者および機能訓練指導員/理学療法士)

対象 千代田区内の介護・福祉事業所や医療機関に勤務されている方  
(千代田区介護サービス推進協議会会員事業所職員含む)

かがやきプラザ研修センター (指定管理者: 千代田区社会福祉協議会)

〒102-0074千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ4階

(電話・窓口受付時間: 平日 午前8時30分～午後5時)

TEL: 03-6265-6560 FAX: 03-3265-1162

MAIL: jinzai@chiyoda-cosw.jp

URL: <http://www.chiyoda-cosw.jp/kensyu-c>

お申込  
フォーム



